



第37回京都府女性の船 参加者募集

- ◎地域づくり・NPO活動などに関心がある女性
- ◎職場でさらに能力を発揮したい女性

✿ 学習とネットワーク構築の機会として ✿
✿ 京都府女性の船に参加してみませんか？ ✿

日 時：7月7日(金)～10日(月)、北海道・東北
事前／事後研修：6月24日(土)／8月5日(土)

募集定員：70人

参加費：35,000円以内

申込期間：4月3日(月)～28日(金)

応募方法：申込用紙にご記入の上、あいセンターへ

<問い合わせ> あいセンター 電話(42)1801



にっぽん縦断2017 エピソード募集

応募締め切り 3月27日(月) ※必着



俳優・火野正平さんが自転車に乗って全国を走る「にっぽん縦断こころ旅」が京都府にやってきました。その日の旅の目的地は視聴者からの一通の手紙。手紙に書かれたエピソードをもとに、「こころの風景」を訪ねます。普段当たり前に行っている風景の中にも、子どもころの大切な思い出や出来事などさまざまなエピソードが隠されていると思います。「何気ない風景」「思い出の風景」「忘れられない風景」「みんなに伝えたい風景」また、「昔の記憶と重なる情景」など綾部でのエピソードを募集します。

<問い合わせ> にっぽん縦断こころ旅事務局
電話0570(066)066 (ナビダイヤル)
ファクス03(3465)1327
番組ホームページ<http://www.nhk.or.jp/kokorotabi/>

第34回綾部市美術展 「ギャラリートーク」ご案内

市美展の審査員が、今回の出品作品について講評を行います！ぜひご来場ください！
※参加無料・予約不要です(当日ご参加ください)

日程	時間	部門	審査員
4月29日(土・祝)	午後1時30分～	書	富永青群先生
4月30日(日)	午前10時30分～	洋画	近藤慧子先生
4月30日(日)	午後1時30分～	日本画	水野 収先生
5月1日(月)	午後1時30分～	写真	小林達也先生

【会場：市民センター2階競技場(並松町)】

市美展作品受付 4月2日(日)、3日(月)
午前10時～午後5時

市美展会期 4月29日(土・祝)～5月3日(水・祝)
午前10時～午後5時(※最終日午後4時まで)

<問い合わせ> 文化・スポーツ振興課 電話(42)4356

国宝光明寺二王門見学会 ～参加者募集～

修復工事が進む国宝二王門の現場見学会を実施します

日時 4月16日(日)

- ①11:00～11:30 ②11:40～12:10 ③13:30～14:00
- ④14:10～14:40 ⑤15:30～16:00 (各回定員20人)

応募方法(締切日4月4日) 事前申し込みが必要です

- ①ホームページ <http://niomon-project.org/> での受け付け
- ②郵送での受け付け(締切日必着)

見学希望時間帯(第2希望まで記載可)と参加者全員の氏名、代表者の住所・氏名・電話番号を記載し、下記へ送付。
〒623-0005 綾部市里町久田21-20 綾部市資料館 宛

※応募者多数の場合は抽選とし、当選者への連絡は「参加証」の発送をもって代えさせていただきます(4月5日ごろ発送)
※応募は1グループにつき4人までとし、いずれか一つの時間帯のみ参加可能とします

【主催】光明寺

<問い合わせ>

国宝光明寺二王門プロジェクト実行委員会事務局
(資料館内)電話(43)1366

「あやべ古紙再生プロジェクト」 始まります！！

～市民のみなさんと協働で紙類の再資源化の取り組みにご協力を～

よろしくね!



◆プロジェクトのあらまし

○目的：ごみ減量によりごみ処理経費を削減するため、紙類を「ごみ袋」に入れず、資源にします。

○参画団体：①自治会(原則) ②資源回収事業者 ③市

○参画団体の取り組み

- ①自治会 自主活動として定期的に古紙回収を実施し、資源回収事業者に引き取りの連絡
※古紙回収実施の場合、「PTA」「福祉団体」などの古紙回収活動に配慮しながら実施。
- ②資源回収事業者
自治会が回収した古紙の回収場所への引き取り
- ③市 古紙回収活動への補助金などの支援・周知

○古紙回収する紙類

- ①雑紙(包装紙、パンフレット、菓子・ティッシュペーパーなどの箱、カレンダーなど)
- ②新聞 ③段ボール ④雑誌

★★ごみ減量目標 対前年度比5%★★

※ごみ減量を達成するために紙類の資源化を!



「一家にひとつ、雑紙み袋!」

お菓子の箱や包装紙などは紙袋に入れて古紙回収へ

<問い合わせ> 環境保全課 電話(42)1489

第5回由良川クリーン作戦 ボランティア大募集！！

綾部高校では、由良川の清掃活動に参加いただけるボランティアを募集しています。

日時 4月16日(日)
午前9時30分～11時ごろ
(受け付け午前9時～)

場所 丹波大橋下(川糸町)集合
綾部大橋から丹波大橋、
市民グラウンド周辺までを清掃します。

その他 申し込み不要。
当日、丹波大橋下へお越しください。



<問い合わせ>
綾部高校由良川キャンパス 電話(42)0453



ご利用ください！ 「就職情報」などの提供制度

市では、市内での雇用の確保により、定住促進を図ることを目的に、綾部市内で就職や定住を希望する人へ毎月1回、就職情報などを提供します。

- 提供内容 ハローワークの求人情報(新規分)、就職相談・各種セミナー、就職面接会の案内、市政情報など
- 登録方法 申込書を商工労政課へ提出してください。申込書の郵送を希望する人は下記へお問い合わせください。

※ご記入は本人、ご家族のいずれでも結構です。市外で就学や就職されているご家族や知人にも、ぜひこの制度をご案内ください。

<登録・問い合わせ>

商工労政課 電話 (42)4265
ファクス (42)4406
メール syokorosei@city.ayabe.lg.jp



平成29年度 介護者家族教室

介護に役立つ情報やコツ、知識をお伝えする教室を開催します。介護に関する情報交換やリフレッシュの場として参加者同士のお話の時間も毎回設けています。



日時	内容	場所
4月21日(金)13:30～15:30	おしゃべりかい～ゲスト認知症介護経験者～	保健福祉センター
5月11日(木)13:30～15:30	毎日はずらつ 体すっきり健康体操	綾部市ふれあいの家(栗町)
6月23日(金)13:30～15:30	安全ラクラク 移動・歩行の介助	保健福祉センター
7月14日(金)11:30～14:30	施設見学とランチ交流会	第2松寿苑多目的ホールおあしず(田野町)
8月 2日(水)13:30～15:30	みんなで作ろう簡単やさしい高齢者の食事	保健福祉センター
9月30日(土)10:00～16:00	認知症について	いこいの村地域交流室(十倉名畑町)

<申し込み、問い合わせ>

高齢者介護課 電話(42)4262、ファクス(42)0048
社会福祉協議会 電話(43)2881、ファクス(43)2882
東部地域包括支援センター(十倉名畑町) 電話(21)5295、ファクス(21)5296
中部地域包括支援センター(川糸町) 電話(43)2888、ファクス(43)2882
西部地域包括支援センター(栗町) 電話(21)5011、ファクス(21)5106



国保の加入・脱退手続きのご案内

退職や就職による国民健康保険の手続きは、
下記のものをご持参の上、14日以内にお願ひします。

○退職し職場の健康保険をやめたとき

- ・健康保険の資格喪失日が分かる証明書

※手続きが遅れた場合、保険料は加入日までさかのぼって納付が必要ですが、手続きまでに支払った医療費は全額自己負担となる場合があります。

○就職し職場の健康保険に加入したとき

- ・職場の健康保険証か健康保険加入証明書
- ・国保の保険証

※手続きされないままでは、保険料が掛かり続けます。就職後に国保の保険証で受診された場合、国保で負担した医療費を後から返金していただくことになります。

<問い合わせ> 市民・国保課 電話(42)4246

綾部市国民健康保険の給付制度のご案内

綾部市国民健康保険の加入者で、下記に該当する場合は、申請により給付を受けることができます。

- *療養費 治療用装具代などを負担した場合
- *高額療養費 1か月に負担した医療費が限度額を超えた場合
- *出産育児一時金 出産した場合
- *葬祭費 被保険者が死亡し、葬祭を行った場合
- *あやべ健康プラザ(水夢)利用補助金 新規入会する場合・既に会員になっている場合
- *人間ドック総合健康診断補助金 1年以上継続して国保に加入し、市内指定の医療機関で人間ドックを受診する場合

※補助金は保険料に未納がない人が対象です

<問い合わせ> 市民・国保課 電話(42)4246

TANTANロングライド2017～参加者募集中～
開催日時 6月4日(日) 【海の京都】
Aコース：午前6時スタート～午後6時(予定)
Bコース：午前8時スタート～午後6時(予定)
Cコース：午前10時スタート～午後6時(予定)
走行エリア 京都府(綾部市・福知山市・舞鶴市・宮津市・京丹後市・伊根町・与謝野町)
大会会場 天橋立駐車場(宮津市字文殊)
種目内容・Aコース：距離190km(グランフオンド鬼) 参加費9,500円
 ・Bコース：距離100km(丹後半島一周) 参加費8,000円
 ・Cコース：距離30km(伊根湾遊覧ファンライド) 参加費7,000円
 ※小学生(4～6年生)は保護者の同伴が必要、参加費2,500円
募集定員 合計1,500人(予定)
参加申込 5月7日(日)まで(インターネットで申し込みを完了した人の先着順)
<問い合わせ>TANTANロングライド実行委員会 事務局 電話075(284)0173

京都弁護士会 綾部法律相談センター
 京都弁護士会は、法律問題で困り事がある人のために法律相談を実施します。気軽にご相談ください。
日時 4月6日、13日、27日(木) 午後1時～4時20分
場所 市民ホール(宮代町) ※あやバス「市民ホール前」下車すぐ
費用 40分 5,400円 ※収入などが一定額以下の人は無料
予約 相談日の前日までに電話で丹後法律相談センターへ。予約件数に達した場合は締め切ります。
<申し込み・問い合わせ>
 丹後法律相談センター 電話0772(68)3080
 ※受付時間は、平日の午前9時～午後5時

視覚障害がある方に『広報あやべねっと』、『あやべ市議会だより』を音声版でお届けします
 視覚障害のため、文字が読みにくかったり、読めない人のために、綾部市では、視覚障害者用録音・再生器(プレクストーク)で聞けるデイジー版の『広報あやべねっと』と『あやべ市議会だより』を発行しています。
 対象は、視覚障害で身体障害者手帳をお持ちの人です。プレクストークは視覚障害1、2級の方は日常生活用具として給付対象となります。
<問い合わせ>
 福祉課障害福祉担当
 電話(42)4254、ファクス(42)8953

「ちょっとだけだから…」は危険!
 農林作業中の事故をなくすために、作業前の準備や安全対策をしっかりと行いましょう。
注! 機械作業を中断するときはエンジン停止!
 刈払機の刈刃やトラクターのロータリなど危険な部分に接触しないよう、機械操作を中断するときは必ずエンジンを止めましょう。
注! 足場の確認をしっかりと!
 傾斜地での転落や作業中にバランスを崩しての転倒による事故が多発しています。不安定な体勢で作業しないよう、しっかりと足場を確保しましょう。
常に安全な操作や装備を心掛け 農林作業の事故を防ぎましょう
<問い合わせ>農林課管理担当 電話(42)4266
万が一の事故に備えて加入を 綾部市農林業者労働災害共済平成29年度加入受付中

農地の賃借料情報を提供します
 農地の賃借料の参考として、平成28年の田の賃借状況をお知らせします。
 ○農地の賃借料情報は、地域における賃借料の参考として、農業委員会が提供するものです。
 ○提供する情報は「前年1年間に農業経営基盤強化促進法に基づき利用権設定された賃貸借における賃借料水準(10アール当たり)」です。
 ○賃借料は、それぞれの農地の耕作条件などにより、貸し手・借り手双方による話し合いで決めていただくもので、賃借料情報は話し合いの際の参考としていただくものです。
 ○田の賃借状況(綾部市全域)

区分	データ数(件)	賃借料(10アール当たり)別のデータ数(件)				
		1,000円	1,500円	1,600円	2,000円	3,000円
有償賃借	128件	40件	5件	2件	63件	18件
無償賃借	368件					

※畑については、賃借事例が少なく、客観的な数値が得られなかったため、田のみの情報提供としています。
<問い合わせ>
 農業委員会事務局 電話(42)4269

【ご協力のお願い】あやバスをご利用の際は、バスの発着時間より少し前にバス停にお越しいただき、バス停の近くでお待ちください。～乗って育てる がんばれあやバス～








あやちゃん健康だより

<問い合わせ>
保健推進課
電話0773(42)0111
FAX0773(42)5488

あやちゃん健康ポイント抽選発表



『健康づくりでポイントをため賞品がもらえる』あやちゃん健康ポイント事業を行い、842人にご参加いただきました。
ダブルチャンスで当たる賞品の抽選会を行い、厳正な抽選の結果、応募いただいた717人のうち30人が当選されました。

抽選賞品	当選者	応募者
① 血圧計 	4人	162人
② トレーニングチューブ 	5人	64人
③ キッチンスケール 	5人	119人
④ 活動量計 	6人	179人
⑤ 特別栽培米 	10人	193人



市長とまゆピーと一緒に抽選したよ！

当選者・参加者の声

運動をするきっかけになりました

教室に参加してポイントを貯めました

ポイントを獲得する事が健康管理につながり、楽しさが増えています

どれくらい取り組んだか振り返ってよかった

運動に取り組み、体力がついてきたみたいで嬉しい！

あやちゃん 昨年度よりも多くの方にご参加いただき、ありがとうございました。
ご近所さん、職場の皆さんなどと一緒に健康づくりに取り組みましょう！

こんな食生活していませんか？

朝食抜き.....
飢えに備えようとするため、体がエネルギーをため込もうとします。

夜遅い時間の食事.....
余分なエネルギーを脂肪としてため込みやすくなります。



早食い.....
食べ過ぎを招く原因。

満腹になるまで食べる.....
エネルギーオーバーを防ぐには、腹八分目でストップ

ながら食い.....
無意識のうちに食べ過ぎてしまいます。

不適切な食生活を続けていると、糖尿病などの生活習慣病を引き起こします。
生活リズムを見直して、できるところから改善してみましょう。

狂犬病予防注射を打ちましょう

飼い主の義務

- 🐾 お住まいの市町村への飼い犬の登録
- 🐾 飼い犬への年1回の狂犬病予防注射
- 🐾 飼い犬に鑑札と注射済票をつける

どちらかの方法で必ず受けましょう



集合注射	市が4月に公民館などで実施します
個別注射	動物病院で実施します（4月1日～）

※集合注射の日程、料金などの詳しい情報は市ホームページに掲載しています。